



Buddhistische Gesellschaft München e.V.

Website: www.buddhismus-muenchen.de
E-Mail: bgm@buddhismus-muenchen.de
Post: Postfach 31 02 21, 80102 München
Telefon: (089) 6789531

Ort: Wachstumsraum, Mathildenstraße 12,
80336 München, Deutschland



BGM-Newsletter März 2020

Wichtiger Hinweis: Alle kommenden Termine können aufgrund der aktuellen Coronagefahr bis auf Weiteres leider nicht stattfinden.

Neues vom Dhamma-Dana Projekt: Suttenuummerierung

Es haben schon viele mit den unterschiedlichen Suttenuummerierungen gekämpft und mancher ist daran gescheitert, wenn in einem Fachbuch für die zitierte Stelle die Nummerierung der Pali Text Society verwendet wurde. Erfreulicherweise wurde das Problem von Sebastian Kussl gelöst, indem er einen PTS-Converter programmiert hat, den er uns dankenswerterweise zur Verfügung stellt. Damit kann man ganz einfach die entsprechende PTS-Stelle eingeben und der Converter spuckt die entsprechende Lehrrede in der heute gängigen Nummerierung mit Link zu SuttaCentral aus. Der PTS-Converter ist ein hilfreiches Tool für all diejenigen, die mit den buddhistischen Schriften arbeiten und diese studieren möchten. Er erleichtert das Nachschlagen von Referenzen der Pali Text Society (PTS) und liefert die entsprechende Parallelstelle in der heute gängigen Zählweise des Palikanons.

Weitere Informationen finden Sie unter folgendem Link:

[zum PTS Converter](#)



Buddhistische Gesellschaft München e.V.

Audio-Vorträge verlinkt

Auf der Dhamma-Dana Website wurde bei den Audio-Vorträgen noch eine Verlinkungsfunktion eingefügt. Nun kann man, wenn es zu dem Vortrag ein entsprechendes Buch, Heft oder PDF gibt, dieses leicht finden und zum Herunterladen anklicken.

Neues pdf „Pure Inspiration - Der Ehrwürdige Ñāṇavimala Mahāthera“

Das Buch enthält Erinnerungen an den deutschen „Mahakassapa“, der Ehrwürdige Ñāṇavimala Mahāthera, der noch von Ñāṇatiloka ordiniert wurde.

Bhikkhu Bodhi: „In einer Zeit, in der Beispiele strikter Entsagung innerhalb der Sangha so rar geworden sind, sticht eine Person wie der Ehrwürdige Ñāṇavimala sicherlich hervor, als ein heller Stern am Firmament in der Lehre. Obwohl er niemals Ruhm oder die Öffentlichkeit in irgendeiner Form suchte, hat das von ihm veranschaulichte, lobenswürdige Beispiel, die Ehrerbietung und Bewunderung vieler nach sich gezogen, von denjenigen, die ihn persönlich kannten und jenen, die über ihn aus Erzählungen erfuhren.“

Ehrw. Katukurunde Ñāṇananda: „Der Ehrwürdige Mahathera Ñāṇavimala gehörte der Kategorie von Mönchen an, deren Leben für uns jene beispielhaften Lebenswege der Gefährten aus der Zeit des Buddha versinnbildlichen.“

Ajahn Brahm: „Es dauerte über eine Stunde, bevor wir den Raum verließen. Was darin geschah, bleibt mir bis heute als die beste Dhamma-Rede im Gedächtnis erhalten, für deren Hören ich jemals das gute Kamma (angesammelten Verdienste) besaß.“

Chittapala: „Bhante Ñāṇavimalas Fokussierung auf den Pfad war unerschütterlich, nichts brachte ihn von der Praxis der Achtsamkeit ab.“

Das Buch wird in absehbarer Zeit auch in Druckform erhältlich sein.



Buddhistische Gesellschaft München e.V.

Entfällt vermutlich aufgrund von Corona - Studienwochenende mit Viriya 2. & 3. Mai 2020

Dieses Wochenende werden wir uns mit dem ersten des Sutta-Nipāta befassen: Die Lehrdichtungen des Sutta-Nipāta gelten, zumindest in Teilen, als ältestes Zeugnis buddhistischen Schrifttums und geben einen sehr interessanten und praxisorientierten Einblick in die frühbuddhistischen Lehrinhalte. Während uns heute der ganze Tipitaka in verschiedenen Übersetzungen zur Verfügung steht, hatten die ersten Wandermönche des Buddha oft nur ein paar Lehrverse zur Orientierung. Mit Hilfe von Querweisen auf andere Stellen des Sutta Pitakas werden wir versuchen uns dem tiefen Bedeutungsgehalt der Verse zu nähern und ihre praktische Bedeutung gemeinsam zu erfassen.

2. und 3. Mai 2020 von 10:00 – 17:00 Uhr

Ort: Dasein, Karlstraße 56-58, 1. Stock, 80333 München

Kosten: Spende für Raummiete

Information und Anmeldung:

Viriya E-Mail: manfred@wiesberger.de

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!



Buddhistische Gesellschaft München e.V.

Kultiviere den Geist

Zusammenfassung und Adaption eines Auszugs von Ajahn Buddhadasas Little Dhamma Book

Der natürliche Geist ist frei von *kilesa* (Verunreinigungen wie Gier, Abneigung und Verblendung), ohne psychische Verschmutzung und er wird als "leuchtend" bezeichnet. Der Geist ist ein natürliches Element - "Geist-Element" (*citta-dhātu*) oder auch "formloses Element" (*arūpa-dhātu*). Er ist ein natürliches Element in dem gleichen Sinne, wie auch Erde, Wasser, Feuer und Luft natürliche Elemente sind. Dieses spezielle Element gestaltet sich jedoch selbst und wird so zu dem "Geist", den wir kennen. Der Geist ist, während er sich noch auf der grundlegenden Ebene befindet, nicht in einem "guten" oder "schlechten" Zustand, er ist ohne jegliche Form von Befleckung, und wird daher als "leuchtend" beschrieben. Zwar ist es die Natur dieses leuchtenden Geistes frei von Verunreinigung zu sein, aber er kann sehr wohl durch Augen, Ohren, Nase, Zunge und Körper Verunreinigungen ansammeln. Der Geist kann *kilesa* aufsteigen lassen, die ihn dann vorübergehend überwältigen werden und für eine Zeit lang seine Leuchtkraft überdecken. Sobald sich jedoch die Bedingungen, die die Befleckungen unterstützen, ändern, sobald sie enden und erlöschen, dann erscheint der leuchtende Geist erneut. So ist der Geist, das ist seine wahre Natur, er ist von Natur aus leuchtend, bis es zur falschen Art des Zusammenbauens kommt und Verunreinigungen entstehen, die ihn bedecken und ihm seine Leuchtkraft rauben. Während der Geist leuchtend ist, ist er ohne *dukkha*, störungsfrei, aber in dem Moment, in dem die Leuchtkraft verschwindet, gibt es Verunreinigung, Depression, Not, Verwirrung, Turbulenzen und *dukkha*. Der Punkt, den man begreifen sollte, ist, dass der ursprüngliche Geist nicht befleckt ist, dass die Befleckungen Dinge sind, die darin aufsteigen und das bedeutet, dass man sie daran hindern kann aufzusteigen.

Die Befleckungen sind nicht der Geist; wird jedoch von ihnen überwältigt, weil mit den Eindrücken, die über Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper und den Geist selbst aufgenommen werden, unvorsichtig umgegangen wird. Wenn wir wirklich überzeugt sind und klar sehen können, dass der Geist vom Einfluss der Verunreinigungen ferngehalten werden kann, können wir die Dinge so ordnen, dass er frei von Verunreinigungen bleibt, damit er seine Leuchtkraft behält. Das ist die Aufgabe von *vipassanā*, des mentalen Trainings, das zu Einsicht führt.

Den Geist zu trainieren oder zu kultivieren (*citta-bhāvanā*), bedeutet, ihn so zu entwickeln, dass nichts dazu führen kann, dass er befleckt oder getrübt wird. Sobald dies



Buddhistische Gesellschaft München e.V.

erreicht ist, sollten wir den Geist schützen, uns um ihn kümmern, ihn zunehmend verbessern und nicht zulassen, dass er wieder verschmutzt oder befleckt wird. Wenn man also Kenntnis von der Natur des Geistes hat, wird man auch wissen, dass der Geist trainiert werden kann und dass man selbst dazu in der Lage ist, dies zu tun. Dann wird man freudig zu diesem Zweck studieren, und wenn man das mit Freude tut, dann ist eine erfolgreiche geistige Kultivierung möglich.

Im Moment sehen wir die Natur des Geistes wahrscheinlich nicht klar genug, sodass wir nicht so sicher sind, ob wir den Geist wirklich trainieren können. Vielleicht versuchen wir in der Meditation zu sitzen, können den Geist aber nicht stillhalten, also geben wir nach dem kleinsten Hindernis auf und kapitulieren. Viele Menschen, die hierher kommen, fragen, wie lange sie den Geist trainieren müssen. Sie können keine mentale Stille erreichen, und wenn sie sehen, dass der Geist abgelenkt ist und sich nicht unterwirft, geben sie auf und werden besiegt. Viele sind so, wenige besitzen Ausdauer in der Bemühung den Geist zu trainieren, ihn immer weiter unter Kontrolle zu bringen, bis die Aufgabe erfüllt ist und die Verunreinigungen nicht mehr auftreten können. Zu leicht ist es aufzugeben und die Niederlage zu akzeptieren. Also gebt nicht auf! Kämpft weiter, zwanzig Mal, dreißig, vierzig, fünfzig, hundert Mal.

Gegenwärtig erkennen wir den Geist noch nicht so, wie er wirklich ist, noch ist er für uns ein Geheimnis, also setzen wir auf abergläubisches "Wissen", Wissen, das jeder Vernunft entbehrt, das auf blindem Glauben beruht und das zu einer Fülle von Ideologien und religiösen Sekten geführt hat.

Geboren aus einem Mangel an Verständnis hat der Aberglaube bis heute große Macht über die Menschen. Es gibt ihn seit undenklichen Zeiten, seit die Menschheit anfang, über den Geist nachzudenken, falsch darüber nachzudenken, ihn misszuverstehen, und auf diese Weise den Aberglauben hervorbrachte. Ein solcher Glaube hat den Vorteil, nicht logisch sein zu müssen, nicht erklärt werden zu müssen, schließlich geht es um den Glauben, und weil er normalerweise von Natur aus mysteriös ist, greifen die Menschen ihn umso lieber auf. Wenn etwas offenbar ist und klar und deutlich erklärt wird, wird es nicht ganz so leicht akzeptiert, wenn etwas aber geheimnisvoll und unfassbar anmutet, wird es bereitwilliger aufgenommen, was für den Aberglauben ein großer Vorteil ist. Der Aberglaube konnte sich fest etablieren, weil er für jene mit wenig Wissen geeignet ist und in dieser Welt gibt es viele solcher Menschen. Menschen, egal wo sie sich befinden, haben den instinktiven Wunsch, den einfachen Weg zu nehmen, nämlich jemand anderen dazu zu bringen, für sie das zu tun, was sie selbst tun sollten -also opfern sie und bitten um Hilfe bei Göttern und Geistern. Am Ende ist alles ein wirres Durcheinander und der von Menschen aus Unwissenheit erschaffene Aberglaube wird zu ihrem Herrn und Meister und dominiert sie. Ist das nicht erstaunlich?



Buddhistische Gesellschaft München e.V.

Aberglaube ist etwas, das wir klar verstehen müssen: denn wenn wir falsch liegen, den Geist missverstehen, dann öffnet dieses Missverstehen die Tür für Ignoranz, für blinden Glauben - für das Gegenteil von Wahrheit – und wird dominant. Wenn wir jedoch den Geist so erkennen, wie er wirklich ist, werden sich alle abergläubischen Überzeugungen von selbst auflösen.

Falsches Verständnis, soweit es den Geist betrifft, führt zu Aberglauben. Solange wir von Aberglauben dominiert werden, werden wir uns nicht mit Dhamma verbinden können; für uns wird Dhamma steril sein und wir werden es nicht zu unserem Vorteil nutzen können. Wenn die Menschheit das nicht erkennt, wird der Aberglaube immer mehr dominieren, und diese Welt wird immer eigenartiger werden. *Dukkha* wird nicht mehr zu löschen sein, weil die wahre Natur des Geistes und des Körpers nicht verstanden wird. Also, studiert die tiefen und komplexen Mechanismen der Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper und Geist in ausreichendem Maße und erkennt das echte Dhamma, das ultimative Dhamma - Pfad, Frucht und Nibbāna - dann werden wir in der Lage sein, über *dukkha* erhaben zu leben, und der Geist wird nicht befleckt werden, er wird die ganze Zeit leuchtend sein.